ASPERGES A LA CREME

Pour 4 personnes. Préparation 20 mn. Cuisson 15 à 25 mn. 1,500 kg d'asperges. Sauce: 200 g de crème fraîche liquide fleurette, 4 jaunes d'oeufs, sel, poivre, ciboulette hachée à volonté .

Pelez les asperges, liez-les en bottillons et plongez-les dans de l'eau frémissante salée. Laissez cuire à petits frémissements de 15 à 25 mn selon la grosseur des asperges. Vérifiez la cuisson en piquant à la fourchette la base d'une tige, elle doit être tendre. D'outre port, mélangez la crème et les jaunes d'oeufs, placez le tout dons un bain-marie chaud mais non bouillant et faites cuire sans cesser de remuer et en évitant l'ébullition (comme une crème anglaise). Retirez du feu dès que la sauce nappe la cuillère et saupoudrez à volonté de ciboulette hachée. Servez chaud avec des asperges bien égouttées et chaudes également.

ASPERGES A LA CREME

Pour 4 personnes: 1 kg d'asperges. Sauce: 3 jaunes d'oeufs, 100 g de crème fraîche fleurette, citron, sel, poivre, ciboulette hachée à volonté.

Pelez les asperges et liez-les en petits bottillons. Plongez-les dans l'eau bouillante salée et laissez cuire une vingtaine de minutes (le temps de cuisson dépend de leur grosseur). Elles sont cuites quand la pointe cède sous la pression du doigt. Egouttez-les et disposez-les sur le plat de service recouvert d'un linge pour absorber l'humidité ou sur un plat spécial à asperges. D'autre part préparez la sauce: délayez les jaunes d'oeufs avec la crème, placez le mélange dans un bain-marie chaud ajoutez du jus de citron au goût et l'assaisonnement. Faites chauffer doucement et joignez la ciboulette hachée. Servez avec les asperges chaudes.

ASPERGES A LA CREME DE CERFEUIL

Pour 4 personnes: 500 g d'asperges, 100 g de beurre, 5 c à soupe de cerfeuil haché, 1 c à soupe de jus de citron, sel, poivre, 1 tasse de crème fraîche.

Faites cuire les asperges a l'eau bouillante salée (de 10 à 20 mn selon leur grosseur). Egouttez-les, gardez-les au chaud. Réservez une tasse de leur eau de cuisson, faites réduire celle-ci de moitié ajoutez le beurre, le cerfeuil haché, le jus de citron, sel et poivre, et amenez à ébullition. Liez la sauce avec la crème fraîche, rectifiez l'assaisonnement et servez avec les pointes d'asperges.

ASPERGES A LA FLAMANDE

Faites fondre 200 g de beurre sans laisser colorer. Servez avec 1,500 kg d'asperges chaudes. Chaque convive écrase 1 oeuf dur dans son assiette, le mélange avec du persil haché et arrose le tout de beurre.

ASPERGES A LA FONTENELLE

Pour 4 personnes: 1,500 kg d'asperges, 4 oeufs, 200 g de beurre, sel, poivre, ciboulette.

Pelez les asperges, faites-les cuire à l'eau bouillante salée 20 mn environ (cela dépend de leur grosseur), vérifiez souvent leur cuisson; elles sont à point quand la pointe cède sous une légère pression des doigts. Pendant ce temps, faites cuire les oeufs à la coque (3 a 4 mn à l'eau bouillante). Faites fondre le beurre doucement, assaisonnez-le et ajoutez la ciboulette. Egouttez les asperges lorsqu'elles sont cuites. Chaque convive reçoit un oeuf et une coupelle de beurre fondu, il se sert des asperges trempées dans du beurre comme de mouillettes pour manger l'oeuf.

ASPERGES A LA MILANAISE

Faites cuire 1,500 kg d'asperges de la manière habituelle. Egouttez-les soigneusement et rangez-les dans un plat à gratin assez large, en laissant toutes les pointes visibles. Saupoudrez les tiges de 100 g de parmesan râpé (à défaut, de gruyère) et parsemez de parcelles de beurre. Faites gratiner. Accompagnez à volonté d'oeufs cuits sur le plat.

ASPERGES A LA POLONAISE

Faites cuire 1,500 kg d'asperges de la manière habituelle. D'autre part, faites fondre 200 g de beurre sur feu doux. Salez et jetez-y 100 g de mie de pain fraîche émiettée, que vous laisserez blondir. Ecrasez 4 jaunes d'oeufs durs. Servez les asperges avec les oeufs et arrosez du beurre préparé.

ASPERGES A LA POMPADOUR

2 bottes d'asperges, 200 g de beurre, 2 cuillerées à dessert de crème de maïs, 5 jaunes d'oeufs, le jus d'un citron, sel et poivre.

Epluchez les asperges et faites-les cuire une dizaine de minutes dans de l'eau bouillante salée. D'autre part, faites fondre le beurre dans une casserole, délayez-y la crème de maïs, salez, poivrez, retirez du feu et incorporez les jaunes d'oeufs et le jus de citron. Remettez sur feu doux au bain-marie en mélangeant au fouet jusqu'à obtention d'une crème onctueuse. Dressez les asperges égouttées sur un plat, nappez-les avec la sauce et servez.

ASPERGES A L'ITALIENNE

1,5 kg d'asperges, 4 oeufs, 50 g de parmesan, beurre, sel et poivre.

Faites cuire les asperges dans de l'eau salée, égouttez-les et disposez-les dans un plat beurre allant au four, en quatre petites bottes tête bêche. Parsemer de fromage râpé, arrosez de beurre fondu, assaisonnez et faites gratiner au four. Pendant ce temps, faites cuire les oeufs sur le plat à la poêle. Disposez-les sur les asperges et servez. Vous pouvez également casser les oeufs dans une tasse, et les disposez sur les pointes d'asperges avant de mettre celles-ci au four. Servez alors dès que le blanc est pris.

ASPERGES AU BEURRE DE CERFEUIL

Pour 4 personnes: 1,500 kg d'asperges. Sauce: 1 c à soupe de jus de citron, 6 c à soupe d'eau, 1 c à soupe de cerfeuil haché, sel, poivre, 200 g de beurre, 2 c soupe de crème fraîche, 2 oeufs durs, 2 tomates.

Pelez les asperges et faites-les cuire 20 mn environ à l'eau bouillante salée. D'autre, part, mettez le jus de citron, l'eau, le cerfeuil, le sel et le poivre dans une petite casserole, laissez réduire puis incorporez le beurre en parcelles en fouettant énergiquement sur feu doux. Hors du feu, ajoutez la crème fraîche. Egouttez les asperges et servez-les avec cette sauce, des petits cubes de tomates crues et des rondelles d'oeufs durs.

ASPERGES AU BEURRE DE TRUFFE

Pour 4 personnes: 1 kg d'asperges, 1 échalote, 2 c à soupe de porto, 100 g de beurre, sel, poivre, 1 truffe et son jus.

Pelez les asperges et cuisez-les. Lorsqu'elles sont cuites, égouttez-les et tenez-les au chaud. Mettez dans une petite casserole le porto, l'échalote hachée et portez à ébullition pour réduire le porto de moitié. Ajoutez le beurre, la truffe coupée en fines languettes et son jus. Cuisez 2 mn. Salez, poivrez. Présentez les asperges dans les assiettes et arrosez

leurs pointes avec le beurre.

ASPERGES AU FOUR

Disposez les asperges soigneusement lavées et grattées en petits bottillons et faites-les cuire à l'eau bouillante salée. Il faut qu'elles restent légèrement croquantes. Egouttez-les parfaitement, déliez-les et disposez-les dans un plat beurré allant au four en les superposant de façon à ce que toutes les têtes soient en échelle pour que toutes les pointes soient visibles, Saupoudrez alors ces pointes de jaune d'oeuf dur et de persil hachés, salez, poivrez, passez au four 5 ou 6 mn. Au moment de servir arrosez les pointes d'un filet de citron, puis de beurre que vous aurez laissé fondre jusqu'à ce qu'il soit de couleur noisette et dans lequel vous aurez fait dorer 4 ou 5 cuillerées de mie de pain rassis finement émietté.

ASPERGES AU GRATIN

Pour 4 personnes: 1,500 kg d'asperges, 50 g de beurre, 100 g de chapelure, 200 g de crème fraîche, sel, poivre.

Pelez les asperges, faites-les cuire à l'eau bouillante salée 20 mn. D'autre part, faites fondre le beurre, ajoutez la chapelure et laissez dorer un peu. Versez la crème salée et poivrée, faites chauffer doucement. Lorsque les asperges sont cuites, égouttez-les soigneusement, rangez- les dans un plat à gratin nappez-les de sauce et faites gratiner vivement sous le gril du four.

ASPERGES AU GRATIN

Cuire des asperges à l'eau bouillante salée. Egouttez-les, rangez-les dans un plat à gratin après les avoir coupées en petits morceaux. Mélangez du gruyère et du parmesan rapés en parties égales, poivrez. Beurrez largement un moule à gratin, alternez dans ce moule une couche d'asperges, une couche de fromage jusqu'à ce que le moule soit bien rempli. Finissez par le fromage. Versez sur le tout du beurre fondu, mettez au four et servez quand c'est bien doré .

ASPERGES AU JAMBON

Pour 6 personnes. Préparation 20 mn. Cuisson 40 mn. 1 kg d'asperges, 50 g de beurre, 3 cuillerées de farine, 75 g de jambon, 1 jaune d'oeuf, 2 c à soupe de crème fraîche.

Eplucher les asperges en enlevant les fibres dures de la tige et ce, en remontant vers la pointe qui doit rester intacte, les passer rapidement à l'eau courante pour les laver puis les cuire dans une grande quantité d'eau bouillante salée après les avoir liées en bottillons. Après 20 à 25 minutes de cuisson, les retirer, les égoutter doucement et les placer sur un torchon ou dans un plat spécial à trous. Conserver 1/4 de litre d'eau de cuisson. Couper les pointes et passer les tiges à la moulinette. Faire fondre le beurre y ajouter la farine et mouiller avec l'eau de cuisson réservée. Faire cuire 8 minutes environ puis ajouter le jambon qui aura été haché au préalable, la purée de tiges d'asperges et hors du feu le jaune d'oeuf, la crème fraîche ainsi que la moitié des pointes. Verser cette préparation dans des cassolettes, décorer avec la deuxième moitié des pointes d'asperges et le persil haché. Servir chaud.

ASPERGES AU PARMESAN

Faites cuire 1 petite botte d'asperges à l'eau salée et égouttez-les bien. Rangez les dans un plat à gratin beurré. Parsemez-les de 25 g de parmesan râpé. Arrosez de 50 g de bourre fondu, et faites gratiner vivement à four chaud.

ASPERGES AUX CREVETTES

Pour 4 personnes: 1 kg d'asperges, 1 laitue, 100 g de crevettes décortiquées, 8 bouquets, 2 tomates, 4 oeufs durs, 1 petite boîte d'oeufs de lump, 1 bol de vinaigrette à la moutarde, sel.

Epluchez et lavez les asperges. Faites-les cuire dans de l'eau bouillante salée pendant 20 minutes. Egouttez-les. Nettoyez la laitue en ne conservant que les plus belles feuilles. Dans un saladier mélangez les asperges coupées en morceaux et les tomates en quartiers, la laitue et les crevettes. Décorez cette salade avec les oeufs coupés en deux, garnis d'oeufs de lump et les bouquets, servez accompagné d'une vinaigrette.

ASPERGES EN ROBE

Faites cuire à l'eau bouillante salée 1 botte de petites asperges. Préparez une pâte à crêpes, ajoutez-y 50 g de gruyère râpé et faites-en 16 petites crêpes. Roulez 2 ou 3 asperges dans chaque crêpe. Rangez les dans un plat à gratin beurré, parsemez de noisettes de beurre et faites réchauffer quelques instants sous le gril du four.

ASPERGES EN SOUFFLE

Epluchez 2 bottes d'asperges et faites-les cuire 25 minutes dans de l'eau bouillante salée Egouttez-les et coupez-les en petits morceaux. D'autre part, préparez une sauce béchamel épaisse avec 40 g de beurre, 40 g de farine, un demi-litre de lait et 100 g de gruyère râpé. Ajoutez à cette sauce les morceaux d'asperges, 3 jaunes d'oeufs et 3 blancs d'oeufs battus en neige bien ferme. Beurrez un moule à soufflé, versez-y la préparation et faites cuire au bain-marie 25 minutes environ.

ASPERGES FINES HERBES

1,5 kg d'asperges, 2 oeufs, 1 jaune d'oeuf, 1 gros bouquet de persil et de cerfeuil, 1,5 dl d'huile ou 150 g de beurre, sel, poivre.

Faites cuire les oeufs durs avec les asperges. Pendant que celles-ci égouttent sur un linge, préparez la sauce: épluchez, puis écrasez les oeufs durs encore chauds, mettez-les dans une saucière avec le jaune cru, les fines herbes hachées, sel et poivre. Ajoutez l'huile ou le beurre fondu chaud, petit à petit en mélangeant bien le tout. Avec la sauce au beurre, vous servirez les asperges chaudes; avec la sauce à l'huile, servez-les chaudes ou froides.

ASPERGES GRATINEES

Faites cuire les asperges à l'eau bouillante après Les avoir épluchées. Egouttez-les. Lorsqu'elles sont égouttées et refroidies, disposez-les dans un plat allant au four. Faites une

sauce béchamel dans laquelle vous ajoutez 100 g de gruyère râpé. Recouvrez les pointes des asperges avec de la sauce et disposez du papier sulfurisé blanc sur les pointes saucées. Le reste de la sauce sera versé sur les tiges. Passez au four modéré pendant un quart d'heure. Retirez le plat et enlevez le papier qui recouvre les extrémités. Saupoudrez de chapelure et servez chaud.

ASPERGES MAITRE D'HOTEL

Prenez des asperges moyennes. Grattez-les et coupez toute la partie tendre en petits morceaux de 4 cm de longueur environ, jetez-les dans l'eau bouillante salée, faites-les cuire, retirez-les alors qu'elles sont encore un peu fermes, égouttez-les très vite pour empêcher leur refroidissement complet. Mettez dans une casserole du beurre frais en petits morceaux placez cette casserole sur un feu très doux; quand il est

fondu ajoutez les asperges, salez, poivrez légèrement versez quelques gouttes de jus de citron, faites tourner la casserole pour bien imprégner de beurre toutes les asperges, versez les légumes et la sauce dans un légumier chauffé, saupoudrez de persil au moment de servir.

ASPERGES SAUCE MOUSSEUSE

Pour 4 personnes. Préparation 20 mn. Cuisson 15 à 25 mn. 1,500 kg d'asperges Sauce: 2 jaunes d'oeufs cuits durs, 1 jaune d'oeuf cru, 1 c à café de jus de citron, une pincée de sel et de poivre, 2 dl d'huile, 1 blanc d'oeuf.

Pelez les asperges et faites-les cuire. D'autre part, passez les jaunes d'oeufs durs au tamis fin, mélangez-les au jaune d'oeuf cru, ajoutez le jus de citron et l'assaisonnement. Versez peu à peu l'huile en tournant comme pour une mayonnaise. Rectifiez l'assaisonnement et ajoutez si nécessaire un peu de jus de citron. Incorporez délicatement le blanc d'oeuf battu en neige. Servez cette sauce froide avec les asperges égouttées et tièdes. Des asperges bien servies doivent être présentées sur un plat garni d'une serviette de table pliée ou sur un plat spécial qui leur permet de s'égoutter parfaitement.

BOUCHEES AUX ASPERGES

Coupez les pointes d'une botte d'asperges, faites-les cuire 10 à 15 mn à l'eau bouillante salée. Faites une sauce Mornay avec 50 g de beurre, 40 g de farine, 1/4 litre de lait, 75 g de gruyère râpé, sel et poivre. Ajoutez les pointes d'asperges dans la sauce. Remplissez 4 bouchées en pâte feuilletée réchauffées au four, saupoudrez d'un peu de gruyère râpé, mettez une noisette de beurre par-dessus et faites gratiner. Vous pouvez aussi présenter les pointes d'asperges sur des fonds de tartelettes recouverts de sauce Mornay, ou sur un fond de tarte.

BOUILLON AUX ASPERGES

Vous faites cuire les asperges dans le bouillon, vous passez les asperges en ne conservant que les têtes comme garniture. Vous liez avec des jaunes d'oeufs et pour terminer, ajoutez une poignée de persil haché.

CANAPES AUX POINTES D'ASPERGES

3 petites boîtes de pointes d'asperges pour garniture, 100 g de beurre, 8 tranches de pain de mie, 5 c de crème fraîche, 50 g de gruyère râpé.

Ouvrir les boîtes et faire égoutter les asperges sur une grille. Faire chauffer le 1/4 du beurre dans une cocotte. Y mettre les pointes d'asperges et laisser cuire à feu doux quelques minutes. Ajouter avec la crème fraîche, saler, poivrer et laisser réduire. Dans le reste du beurre bien chaud, faire dorer, des deux côtés, les tranches, de pain de mie et les ranger dans un plat allant au four. Disposer dessus les asperges et la sauce de cuisson. Saupoudrez de fromage râpé et faire gratiner à four vif. Avant de mettre les asperges sur les canapés vous pouvez recouvrir ceux-ci d'une fine tranche de jambon coupée à la dimension des canapés.

CASSOLETTES D'ASPERGES

Pour 4 personnes: 750 g d'asperges, 2 tranches de jambon, 30 g de beurre, 1 c à soupe de farine, 1 oeuf, 1 petit pot de crème fraîche, persil.

Epluchez les asperges, coupez-en le bout terreux, lavez-les rapidement à l'eau courante, réunissez-les en bottillons et faites les cuire 20 à 25 minutes dans une grande quantité d'eau

bouillante salée. Egouttez-les soigneusement, conservez un grand verre de leur eau de cuisson. Coupez-en largement les pointes et réservez-les, tronçonnez les tiges, levez en toute la pulpe, écrasez-la à la fourchette et retirez-en toutes les fibres. Faites fondre le beurre dans une casserole, jetez- y la farine en pluie, laissez-la sauter 1 minute sans qu'elle puisse prendre couleur mouillez avec l'eau de cuisson réservée.

Faites cuire doucement 8 à 10 minutes. Taillez quatre losanges dans le jambon hachez le reste et ajoutez ce hachis à la sauce ainsi que la purée d'asperges. Liez hors du feu, avec le jaune d'oeuf battu dans la crème fraîche. Versez dans des cassolettes décorez avec le jambon, les pointes d'asperge et un peu de persil. Faites réchauffer quelques instants à four très doux avant de servir.

CREME D'ASPERGES

Pour 4 personnes: 500 g d'asperges, beurre, farine, crème fraîche, 1 oeuf,sel, poivre, muscade.

Epluchez les asperges après les avoir lavées et détaillez-les en tronçons de 4 ou 5 centimètres. Réservez les pointes. Faites fondre une grosse cuillerée à soupe de beurre dans une casserole; versez dessus, en pluie, une cuillerée de farine; ne laissez pas prendre couleur et mouillez peu à peu avec 3/4 de litre d'eau bouillante. Salez, poivrez et ajoutez les tronçons d'asperges. Laissez mijoter 30 à 35 minutes. Passez à la passoire fine en réduisant les tronçons d'asperge en purée. Remettez sur le feu; portez à ébullition, plongez les pointes d'asperge dans la soupe, et laissez-les bouillir doucement pendant 5 minutes. Réservez-les de nouveau. Délayez un jaune d'oeuf dans quelques cuillerées de potage et versez cette liaison dans la casserole dont le contenu, dès cet instant, ne doit plus bouillir. Rectifiez l'assaisonnement et relevez d'un peu de muscade râpée. Garnissez chaque assiette de quelques pointes d'asperges et servez le potage dans une soupière préalablement chauffée.

CREPES AUX ASPERGES

Pour 6 personnes: Pâte à crêpes: 125 g de farine, une pincée de sel, 2 oeufs, 1/4 litre de lait, 1 c à soupe d'huile. Garniture: 12 ou 18 asperges selon grosseur. Sauce Mornay:

125 g de beurre, 20 g de farine, 1/4 litre de lait, sel, poivre, noix muscade, 50 g de gruyère râpé.

Versez la farine en fontaine dans une terrine avec le sel, mettez les oeufs entiers au milieu, incorporez-les à la farine en remuant à la cuillère en bois, puis versez peu à peu le lait et l'huile en mélangeant bien pour éviter les grumeaux. Laissez reposer. Pelez les asperges et faites-les cuire à l'eau bouillante salée 20 mn environ selon grosseur. Pendant la cuisson des asperges, faites un roux blond avec le beurre et la farine, mouillez de lait, assaisonnez, faites épaissir sur feu doux en remuant (15 mn environ), joignez le fromage râpé. Confectionnez 6 crêpes, garnissez-les avec les asperges égouttées et la sauce préparée (1 c à soupe par crêpe). Roulez-les et rangez-les dans un plat allant au four et table. Passez-les 5 mn à four chaud. Servez aussitôt. Vous pouvez aussi napper de sauce et faire gratiner. Prévoyez dans ce cas davantage de sauce.

FLANS D'ASPERGES

Pour 4 personnes: 1 kg de grosses asperges blanches, 200 g de petites asperges vertes, 200 g de petites asperges blanches, 2 oeufs, 3 blancs d'oeuf, 1/4 de litre de lait, 2 dl de crème liquide, 50 g de beurre, quelques brins de ciboulette, sel, poivre. Préparation: 15 minutes. Cuisson: 30 minutes.

Laver les grosses asperges blanches, les éponger et éliminer la partie dure des queues. Puis les peler et les couper en rondelles de 1 cm. Verser le lait dans une casserole, porter à ébullition, ajouter les rondelles d'asperge et laisser cuire 10 minutes. Allumer le four (th 6). Retirer les rondelles d'asperges du lait de cuisson avec une écumoire, les mettre dans le bol d'un mixer et les réduire en purée. Casser les oeufs dans une terrine, ajouter les blancs, battre le tout en omelette, ajouter la crème, le sel, le poivre et la purée d'asperges. Mélanger. Beurrer 4 moules hauts et y répartir la préparation. Mettre les moules au bain-marie, les glisser au four et laisser cuire 15 minutes. Laver, essorer, éliminer la partie dure des petites asperges vertes et les

plonger 5 minutes dans de l'eau bouillante salée. Faire fondre le beurre dans une sauteuse, ajouter les petites asperges en les égouttant et les faire cuire 10 minutes à feu doux en les roulant dans le beurre. Lorsque les flans sont cuits, les retirer du bain-marie, les démouler sur 4 assiettes, en les entourant des petites asperges, et parsemer de ciboulette. On peut accompagner ce plat de quelques fèves cuites 6 minutes dans de l'eau bouillante et dont on aura retiré la petite peau.

FLANS D'ASPERGES

Coupez les pointes d'une botte d'asperges (réservez les tiges pour un potage). Battez 4 oeufs en omelette, joignez 50 g de beurre ramolli et 2 c à soupe de farine. Versez 1/2 litre de lait peu à peu. Quand le tout est bien délayé, assaisonnez, ajoutez les pointes d'asperges et, à volonté, quelques dés de jambon cuit. Répartissez dans 4 petites cassolettes individuelles et faites cuire 35 mn à four moyen.

GRATIN D'ASPERGES

Pour 4 personnes: 2 douzaines d'asperges, 12 tranches de jambon de pays très fines, 25 g de beurre pour le plat, 1,5 dl de vin blanc sec, 100 g de crème fraîche, 3 oeufs, 100 g de fromage de comté râpé, sel, poivre.

Pelez les asperges, faites-les cuire à L'eau bouillante salée 20 mn environ. Egouttez-les. Coupez les tranches de jambon en deux et enroulez chaque asperge dans une demi-tranche de jambon. Disposez-les dans un plat beurré allant au four et à table. D'autre part, battez ensemble le vin, la crème, les oeufs et le fromage. Assaisonnez (salez peu à cause

du fromage et du jambon qui sont déjà salés). Versez le tout sur les asperges et faites gratiner 10 mn.

MOUSSE D'ASPERGES

Pour 8 personnes: 2 bottes d'asperges, 500 g de crème fraîche, 8 oeufs, 4 tomates, ail, persil, ciboulette.

Cuire les asperges dans de l'eau claire. Saler, poivrer. Bien égoutter après la cuisson. Réserver la moitié des asperges. Couper l'autre moitié en tout petits morceaux et la mélanger avec les oeufs entiers, la crème fraîche et la ciboulette. Rectifier l'assaisonnement. Verser le mélange dans un moule à cake et le mettre à cuire à four moyen, au bain-marie, pendant 45 mn. Démouler la mousse dans un plat creux. L'entourer de la moitié restante des asperges. Saupoudrer de persil. Ajouter autour les tomates cuites, aillées et persillées. Pour la sauce au beurre blanc, faire revenir les échalotes hachées dans le vin blanc. Laisser le vin s'évaporer. Ajouter peu à peu le beurre, préalablement coupé en noisettes. Servir aussitôt que la sauce a épaissi.

PETITS FLANS D'ASPERGES A L'ORANGE

Pour 2 personnes. Préparation 15 mn, cuisson 40 mn. 600 g d'asperges vertes, 50 g de blanc de poulet cru, 2 oeufs, 5 cl de crème liquide, 1 noix de beurre, 1 cuillerée à café de Maïzena, sel, poivre du moulin, cerfeuil. Pour la sauce: le jus d'une orange, 1 cuillerée à soupe de crème fraîche, 20 g de beurre, safran.

Préchauffez le four th 5 (150°). Beurrez deux ramequins individuels. Pelez les asperges, puis coupez-les en tronçons de 4 cm de long. Faites-les cuire, pendant 15 mn, dans de l'eau bouillante salée. Rafraîchissez-les sous l'eau froide, puis laissez-les égoutter sur du papier absorbant. Réservez les têtes. Cassez les oeufs dans le bol d'un robot, ajoutez la crème, la Maïzena le blanc de poulet, les queues d'asperges, du sel, du poivre et des brins de cerfeuil, puis mixez jusqu'à ce que vous obteniez une crème lisse. Tapissez les bords des ramequins avec les pointes. Remplissez les ramequins de la préparation, couvrez-les d'une feuille de papier d'aluminium. Faites-les cuire au bain-marie pendant 40 mn. Laissez-les tiédir et démoulez-les. Préparez la sauce. Faites fondre le beurre, ajoutez la crème avec le safran et le jus d'orange. Décorez de cerfeuil et de zestes, nappez de sauce et servez.

PIZZA AUX ASPERGES ET AU FROMAGE

1 pâte à pizza, 1 saucisse, 3 tomates, 150 g de pointes d'asperges, 200 g de mozzarella 1 c à soupe de pecorino râpé, huile d'olive, sel, poivre.

Pelez et concassez les tomates, mettez la pulpe sur le fond de pâte préparé, répartissez les pointes d'asperges, la mozzarella et la saucisse coupé en tranches, saupoudrez de fromage râpé, assaisonnez, arrosez d'un filet d'huile et faites cuire. 30 mn. Le pecorino est un fromage italien de brebis à saveur très piquante et relevée. On peut, à la rigueur, le remplacer par un fromage de chèvre très sec ou par un autre fromage suisse cette fois, employé aussi comme condiment: le Schabzieger.

POTAGE AUX ASPERGES

Pour 6 personnes. Préparation 10 mn. Cuisson 30 mn. 600 g de tiges d'asperges, 1,5 litre d'eau, sel, poivre, thym, laurier, 3 pommes de terre. Pour lier: 1 dl de lait concentré non sucré, 1 jaune d'oeuf.

Coupez les tiges d'asperges pelées en morceaux, faites-les cuire dans l'eau bouillante salée et aromatisée en ajoutant les pommes de terre coupées en morceaux (30 mn de cuisson) . Passez au mixer et liez avec le jaune d'oeuf battu avec le lait.

POTAGE AUX POINTES D'ASPERGES

1 litre de bouillon de poulet, 1 boîte de 100 g de crabe, 1 petite boîte de pointes d'asperges, 1 c à café de glutamate, 2 c à café de fécule, 2 oeufs battus, quelques feuilles de coriandre, ciboulette, 2 tranches de jambon coupé en lanières, sel, poivre.

Lier le bouillon avec la fécule et les oeufs et ajouter tous les ingrédients. Servir chaud.

POTAGE CREME D'ASPERGES

Faites blondir au beurre 1 oignon haché. Saupoudrez de 1 c à soupe de farine, mouillez de 1 litre 1/2 de bouillon de volaille (ou eau et cubes). Ajoutez 500 g d'asperges épluchées (sauf les pointes). Assaisonnez, laissez cuire 1 h. Passez. Dans la soupière de service, délayez 2 jaunes d'oeufs dans 3 c à soupe de lait (ou de crème fraîche) versez le potage passé par-dessus et ajoutez les pointes d'asperges cuites à part 15 mn dans un peu de bouillon. Saupoudrez de pluches de cerfeuil.

POTAGE CREME D'ASPERGES

Environ 300 g d'asperges (réservez les têtes pour une autre préparation ou même pour les ajouter, après les avoir blanchies, lorsque la crème est prête à être servie), 4 cuillerées à soupe de crème de riz, 3/4 de litre de lait, 3/4 de litre d'eau, 2 jaunes d'oeufs, 2 bonnes noix de beurre.

Faites bouillir le lait mélangé à l'eau. Délayez la crème de riz dans un rien d'eau tiède et ajoutez-la dans le liquide bouillant. Epluchez les asperges et coupez-les en petits tronçons. Mettez-les dans le liquide de cuisson et laissez cuire durant 45 minutes, à petit feu. Passez la crème et ajoutez le beurre. Attention, si votre crème est trop épaisse, diluez-la avec du lait mélangé d'eau. Dans la soupière de service, délayez les jaunes d'oeufs avec du lait et versez la crème par-dessus tout en tournant lentement avec une cuillère en bois. Ajoutez éventuellement les têtes d'asperges.

QUICHE AUX ASPERGES

Pour 6 personnes: Pâte: 200 g de farine, 1 pincée de sel, 100 g de beurre, 1/2 dl d'eau. Garniture: 800 g d'asperges, 3 oeufs, 100 g de crème fraîche, sel, poivre, noix muscade.

Préparez la pâte: incorporez la farine tamisée avec le sel au beurre en parcelles en travaillant rapidement du bout des doigts. Mouillez avec l'eau de façon à pouvoir rouler la pâte en boule et laissez reposer au frais au moins 1 h. Epluchez les asperges et faites les cuire 15 mn à l'eau bouillante salée, égouttez-les. Séparez les têtes des tiges, coupez celles-ci en petits morceaux et battez les oeufs entiers avec la crème et l' assaisonnement, ajoutez les morceaux d'asperges. Etalez la pâte au rouleau, foncez en un moule beurre. Versez la crème aux asperges par-

dessus. Garnissez avec les pointes d'asperges disposées en étoile. Faites cuire 40 mn à tour chaud (200 °)

en baissant un peu l'intensité du four en fin de cuisson.

SOUFFLE AUX ASPERGES

Préparation: 40 mn. Cuisson: 1 h. Pour 5 ou 6 personnes: 800 g d'asperges, 4 oeufs, 40 g de farine, 40 g de beurre, 1/3 de litre de lait, sel, poivre, muscade.

Nettoyer les asperges et les éplucher pour n'en laisser que la partie comestible. Les lier en bottillons et les cuire de 20 à 30 minutes à l'eau bouillante salée. Les égoutter soigneusement. En retirer les parties filandreuse qui pourraient encore y rester et les réduire en fine purée au mixer ou à la fourchette. Pendant la cuisson des asperges, préparez l'appareil a soufflé: faire fondre le beurre, ajouter la farine et remuer sur feu doux avec une cuiller de bois. Quand le mélange mousse légèrement, verser le lait froid et délayer vigoureusement. Saler, poivrer, ajouter une pointe de muscade, porter à ébullition, toujours en mélangeant, et cuire quelques minutes jusqu'à ce que cet appareil épaississe. Le retirer du feu; ajouter les jaunes d'oeufs un à un en battant, puis la pulpe d'asperges. Rectifier l'assaisonnement et ajouter les blancs battus en neige très ferme. Verser la préparation dans un moule à soufflé beurré qui ne doit être empli qu'à peine aux 2/3 et porter à four moyen (th 5/6 200 à 220°) pendant 25 à 30 minutes en s'abstenant d'ouvrir le four au cours des vingt premières minutes. Servir immédiatement au sortir du four. On peut aussi utiliser des asperges en boîte. Il faudra alors les égoutter complètement et les sécher avant de les passer en purée. On peut aussi réserver les pointes en les coupant très court (1 cm) et les ajouter telles ou grossièrement hachées avant les blancs d'oeufs.

SOUFFLE AUX ASPERGES

Pour 4 personnes: 50 g de beurre, 60 f de farine, 3/4 de litre de lait, du sel, du poivre, de la muscade, 150 de gruyère râpé, 3 oeufs, 250 g d'asperges fraîches ou en conserve.

Faites un roux avec le beurre et la farine. Mouillez avec le lait. Assaisonnez de sel, de poivre et de muscade. Ajoutez-y les asperges cuites hachées. Incorporez 100 g de fromage râpé, les jaunes d'oeufs et enfin les blancs battus en neige bien ferme. Versez cet appareil dans un moule beurré, saupoudrez de gruyère râpé et faites cuire au four chaud pendant 20 à 25 minutes. Pour que le soufflé soit réussi, il faut que la sauce béchamel de base garde, une consistance épaisse. Aussi, avant d'ajouter les asperges à la préparation pressez-les dans une étamine, pour bien en exprimer l'eau. Vous pouvez remplacer le gruyère par du parmesan. Vous pouvez ajouter 1 dl de crème à votre préparation pour la rendre plus onctueuse.

SOUPE AUX ASPERGES

Epluchez 750 g d'asperges, de préférence assez minces. Retirez la partie dure. coupez-les en morceaux de 2 cm de longueur. Faites-les cuire à l'eau bouillante salée jusqu'à ce qu'elles soient bien tendres. Faites fondre 50 g de beurre dans une casserole, ajoutez 1 cuillerée à soupe rase de farine, mouillez ce roux avec 5 verres de cuisson des asperges, salez, poivrez, laissez cuire quelques minutes. Hors du feu, liez avec un jaune d'oeuf. Ajoutez les tronçons d'asperges et 10 cl de crème fraîche. Servez aussitôt.

TARTE AUX ASPERGES

Foncez un moule à tarte beurré de pâte feuilletée. Parsemez de 100 g de gruyère râpé; disposez par-dessus 1 grosse botte de petites asperges épluchées et cuites à l'eau bouillante salée. Versez par-dessus 2 oeufs battus avec 200 g de crème fraîche, sel, poivre, muscade et persil haché. Saupoudrez de fromage râpé et faites cuire 20 mn à four chaud.

TARTE AUX ASPERGES

Pour 6 personnes. Préparation: 40 mn. Cuisson totale 45 mn. Pâte: 200 g de farine, 100 g de beurre, une pincée de sel, 1/2 dl d'eau. Garniture: 400 g d'asperges blanches ou vertes, 100 g de jambon cuit, 3 oeufs, 2 dl de crème fraîche liquide fleurette, 2 c à soupe de fromage râpé (gruyère, gouda, parmesan, sel, poivre, noix muscade.

Préparez la pâte, mélangez rapidement la farine et le beurre divisé en parcelles, ajoutez le sel, l'eau et roulez la pâte en boule. Laissez reposer au froid pendant 1 h au moins. D'autre part, pelez les asperges, faites-les cuire à l'eau bouillante salée de 15 à 25 mn selon leur grosseur (les asperges vertes cuisent beaucoup plus rapidement). Egouttez-les. Etalez la pâte au rouleau, foncez-en un moule à tarte beurré de 23 cm de diamètre. Piquez le fond à la fourchette, couvrez-le de papier d'aluminium et recouvrez-le de haricots secs. Faites cuire à blanc à four chaud (250 °C) pendant 15 mn. Retirez papier et haricots, et répartissez les asperges sur le fond de tarte avec le jambon coupé en petits dés. Battez les oeufs avec la crème, le fromage et l'assaisonnement; versez sur les asperges et faites cuire à four chaud (225 °) pendant 25 mn. Démoulez et servez chaud.

TERRINE AUX ASPERGES

Pour 4 personnes: 150 g de crème fraîche, 100 g de beurre, 4 oeufs, 30 cl de lait, 100 g de gruyère râpé, 2 c à soupe de cerfeuil haché, 500 g de carottes, 1/2 oignon, 500 g d'asperges, 50 g de farine, 2 c à soupe de chapelure, sel, poivre.

Eplucher, laver et cuire les carottes, puis les réduire en purée. Eplucher et éliminer la partie dure des asperges. Les laver, les cuire 20 mn. Egoutter et réserver. Eplucher et hacher l'oignon. Le faire revenir dans une noix de beurre. Ajouter la purée de carottes et laisser cuire quelques instants sur feu vif. Faire une béchamel avec 50 g de beurre, la farine, le lait, le

gruyère et du sel. Puis la mélanger avec la purée de carottes. Casser les oeufs en séparant les jaunes des blancs. Incorporer les jaunes un à un à la préparation, puis les blancs montés en neige avec 1 pincée de sel. Beurrer un moule à cake. Saupoudrer de chapelure. Remplir le moule avec le mélange aux carottes en répartissant les asperges de façon régulière. Mettre au four 1 heure à 200°C. Faire fondre 20 g de beurre dans une casserole, ajouter la crème fraîche et le cerfeuil haché. Saler et poivrer. Laisser cuire sur feu doux tout en remuant jusqu'à ce que la sauce épaississe. Démouler la terrine et la présenter sur un plat de service avec 18 sauce à part.

VELOUTE AUX ASPERGES

Pour 4 personnes: 1 kg d'asperges vertes, 3/4 litre de lait, 1 c à soupe de farine, 30 g de beurre, 50 g de crème, sel, poivre, cerfeuil.

Pelez les asperges et cuisez-les. Lorsqu'elles sont cuites, égouttez-les et réservez quelques pointes. Passez le reste et les autres asperges au mixeur. Préparez une béchamel avec le beurre, la farine du sel, du poivre et une partie du lait. Ajoutez la purée d'asperges à cette béchamel. Etendez avec le reste du lait. Remettez sur feu doux. Ajoutez la crème, et servez en mettant dans chaque assiette 3 pointes d'asperges et quelques brins de cerfeuil. On peut rendre ce potage encore plus fin (et plus riche) en ajoutant 1 ou 2 jaunes d'oeufs battus dans la soupière. Fouettez pour bien mélanger.

ASPERGES A LA CREME

Nettoyez 1,200 kg d'asperges en les pelant. Liez-les en bottillons et faites-les cuire 20 mn environ à l'eau bouillante salée. D'autre part fouettez 200 g de crème fraîche avec du sel, du poivre et un filet de citron. Servez avec les asperges bien égouttées.

ASPERGES AU JAMBON

24 belles asperges. Sauce: 2 jaunes d'oeufs, 1 c a café de moutarde, sel, poivre, 1/4 litre d'huile, 4 blancs d'oeufs, 4 tranches de jambon cru.

Pelez les asperges, liez-les en bottillons, puis faites-les cuire à l'eau bouillante salée. Mélangez les jaunes d'oeufs et la moutarde, salez, poivrez et versez l'huile peu à peu en remuant pour monter la sauce en mayonnaise. Terminez en incorporant délicatement les blancs d'oeufs battus en neige avec une pincée de sel. Présentez les asperges chaudes avec cette sauce et le jambon.

ASPERGES FINES HERBES

1,5 kg d'asperges, 2 oeufs, 1 jaune d'oeuf, 1 gros bouquet de persil et de cerfeuil, 1,5 dl d'huile ou 150 g de beurre, sel, poivre.

Faites cuire les oeufs durs avec les asperges. Pendant que celles-ci égouttent sur un linge, préparez la sauce: épluchez, puis écrasez les oeufs durs encore chauds, mettez-les dans une saucière avec le jaune cru, les fines herbes hachées, sel et poivre. Ajoutez l'huile ou le beurre fondu chaud, petit à petit en mélangeant bien le tout. Avec la sauce au beurre, vous servirez les asperges chaudes; avec la sauce à l'huile, servez-les chaudes ou froides.

ASPERGES FROIDES AVEC SAUCE

2 bottes d'asperges, 3 bols de mayonnaise, une cuiller à café de câpres, une cuiller à café de cornichons hachés, une cuiller à café d'échalotes hachées, une cuiller à café de persil haché, une c à soupe de ketchup et un filet de cognac.

Après les avoir épluchées, faites cuire les asperges dans de l'eau bouillante salée. Egouttez-les et laissez-les refroidir. Préparez trois bols de mayonnaise bien relevée, que vous servirez l'une nature l'autre additionnée de câpres, de cornichons et d'échalotes hachées, la troisième additionnée de ketchup et de cognac. Garnissez les asperges de persil haché et servez frais.

ASPERGES MARIE THERESE

1 kg d'asperges, 2 jaunes d'oeufs durs, 2 jaunes d'oeufs crus, 1 cuillère de moutarde, huile, vinaigre, sel, poivre, 1 pincée de piment de Cayenne).

Pelez soigneusement les asperges, lavez-les et liez-les en bottillons. Faites bouillir dans une grande quantité d'eau (trois litres pour une botte d'asperges). Laissez cuire environ 20 minutes. En même temps, faites cuire deux oeufs durs. Egouttez les légumes, laissez-les refroidir et déficelez ensuite les bottillons. Dressez sur une serviette dans le plat de service (ceci est essentiel pour que les asperges rendent toute leur eau). Pendant ce temps, vous préparez la sauce (que vous servirez plutôt en saucière. Ecrasez les jaunes d'oeufs durs dans un mortier. Ajoutez-y les jaunes d'oeufs crus, la moutarde, le sel et le poivre. Versez l'huile très doucement et faites monter comme pour une mayonnaise normale. Terminez en versant quelques gouttes de vinaigre (ou de citron) et la pincée de piment de Cayenne.

ASPERGES PARISIENNES

Asperges, 2 jaunes d'oeufs crus, 3 petits suisses, huile, citron, sel, poivre, cerfeuil haché.

Cuire les asperges. Pour la sauce: dans un bol, vous mettez les jaunes d'oeufs crus, les petits suisses, le sel et le poivre. Versez l'huile comme pour une mayonnaise. La sauce est terminée

lorsqu'elle est bien prise et compacte. Ajoutez le jus de citron (qui va détendre votre sauce) et le cerfeuil haché.

ASPERGES SAUCE AVOCAT

1,200 kg d'asperges. Sauce: 1 avocat, 8 grains de poivre vert, 1 citron, 1 jaune d'oeuf, 1 c à soupe de cognac ou d'armagnac, 100 g de crème fraîche.

Pelez les asperges, liez-les en bottillons; plongez-les dans de l'eau bouillante salée, laissez cuire 20 mn environ. Egouttez-les et laissez refroidir. Préparez la sauce: pelez l'avocat, retirez le noyau, coupez la chair en dés et mettez-les dans le mixer avec le poivre vert et le jus de citron. Joignez ensuite le jaune d'oeuf, l'alcool et le sel, puis la crème légèrement fouettée. Servez les asperges avec cette sauce.

ASPERGES SAUCE MOUTARDE

2 bottes d'asperges, 6 cuillerées à soupe d huile, 3 cuillerées à soupe de moutarde blanche, 4 oeufs cuits à l'état dur, du persil haché, du sel.

Pelez les asperges et faites-les cuire une demi-heure dans de l'eau bouillante salée. Egouttez-les. Dressez sur un plat une serviette pliée sur laquelle vous disposerez les asperges. Faites cuire les oeufs à l'état dur, écalez-les et coupez-les en quartiers. Mettez les oeufs autour des asperges et saupoudrez-les de persil haché. Préparez la sauce en travaillant comme pour une mayonnaise l'huile, la moutarde et le sel. Servez la sauce séparément.

FLAN D'ASPERGES

Pour 6 personnes: 600 g d'asperges, 1 bol de mayonnaise, 4 oeufs, sel, poivre, muscade (facultatif), quelques feuilles de salade.

Préparer une béchamel bien ferme. Eplucher les asperges puis les faire blanchir dix minutes dans de l'eau bouillante salée, garder quatre pointes d'égale grosseur et longueur pour la garniture puis passer le reste au mixer. Casser les oeufs et les battre en omelette. Garder un peu de sauce béchamel pour la garniture puis dans le reste incorporer les oeufs puis les asperges mixées, ajouter éventuellement la pointe de muscade. Rectifier l'assaisonnement si nécessaire. Verser cette préparation dans un moule à charlotte beurré et faire cuire au bain-marie dans le four préalablement chauffé (200° th 5.) Laisser cuire pendant 1 h. Ensuite, mettre le flan à refroidir dans un endroit frais. Ne démoulez qu'au moment de servie. Le présenter sur des feuilles de salade et le garnir avec la béchamel déposée avec une poche à douille et les quatre pointes d'asperges réservées.

SOUPE GLACEE AUX ASPERGES

Pour 6 personnes: 2 bottes d'asperges vertes, 1 belle pomme de terre cuite, 15 cl de bouillon de volaille, 10 cl de crème fraîche, sel, poivre.

Réserver quelques pointes d'asperges pour la décoration. Faites cuire les asperges dans la bouillon pendant 5 mn. Mixez-les avec la pomme de terre, passez au chinois. Ajoutez la crème fraîche. Salez, poivre. Gardez au réfrigérateur. Au moment de servir, décorez avec des pointes d'asperges.